

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan karakteristik responden di Posyandu Tumpang 1 dan Tumpang 3, lansia pria 9 orang (30%) dan lansia wanita 21 orang (70%) dengan kategori usia pralansia 9 orang (26,7%), lansia 12 orang (40%), dan lansia risiko tinggi 10 orang (33,3%). Lansia dengan status gizi normal 13 orang (43,3%) dan tidak normal 17 orang (56,7%). Lansia yang menderita hipertensi 1-5 tahun sejumlah 20 orang (66,7%), 6-10 tahun sejumlah 7 orang (23,3%), dan >10 tahun sejumlah 3 orang (10%).
2. Asupan natrium sebelum diberikan edukasi sejumlah 2 (6,7%) lansia sudah sesuai kebutuhan dan 28 (93,3%) lansia tidak sesuai kebutuhan. Asupan natrium sesudah diberikan edukasi sejumlah 12 (40%) lansia sudah sesuai kebutuhan dan 18 (60%) lansia tidak sesuai kebutuhan. Terdapat perbedaan asupan natrium yang signifikan sebelum dan sesudah edukasi gizi dengan media leaflet.
3. Tekanan darah sebelum diberikan edukasi sejumlah 24 (80%) lansia hipertensi tingkat 1 dan 6 (40%) lansia hipertensi tingkat 2. Tekanan darah sesudah diberikan edukasi sejumlah 3 (10%) lansia normal, 9 (30%) lansia pre-hipertensi, 16 (53,3%) lansia tingkat 1, dan 2 (6,7%) lansia tingkat 2. Terdapat perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan sebelum dan sesudah edukasi gizi dengan media leaflet.

B. Saran

1. Sebaiknya kriteria inklusi dibuat secara rinci dengan menentukan batas usia dan derajat hipertensi supaya perbedaan data tidak terlalu ekstrem dan dapat berdistribusi normal.
2. Sebaiknya penelitian selanjutnya juga meneliti kepatuhan meminum obat.
3. Sebaiknya penelitian selanjutnya membuat kelompok kontrol sebagai pembanding.
4. Sebaiknya metode *food recall* didampingi dengan metode *food record*.
5. Sebaiknya lansia dan keluarga tetap menerapkan materi edukasi yang telah diberikan dalam kehidupan sehari-hari meskipun penelitian telah selesai dilakukan.
6. Sebaiknya konsultasi gizi di Posyandu Tumpang 1 dan Tumpang 3 dilakukan dengan Ahli Gizi Puskesmas Tumpang Kabupaten Malang.